

Essstörungen bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen: Bedeutung für Früherkennung und Versorgung

Datum: 20.07.2026

Original Titel:

Meta-Analysis: Prevalence of Eating Disorders in Inflammatory Bowel Disease

Kurz & fundiert

- Häufigkeit von Essstörungen bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen?
- Metaanalyse von 23 Studien zu Morbus Crohn und Colitis ulcerosa
- Höhere Prävalenz bei Selbstbeurteilungsfragebögen als bei ärztlichen Diagnosen
- Höchste Prävalenz von vermeidenden und restriktiven Essstörungen
- Kein signifikanter Einfluss von Geschlecht, CED-Unterform, Alter oder Krankheitsaktivität auf die Prävalenz von Essstörungen

MedWiss – Essstörungen sind bei Menschen mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen weit verbreitet, zeigte ein systematischer Review mit Metaanalyse von 23 Studien, die insbesondere auf eine hohe Prävalenz vermeidender und restriktiver Essstörungen hinweist. Die Autoren empfehlen eine verbesserte Früherkennung und mehr Aufmerksamkeit im klinischen Alltag.

Fallstudien verdeutlichen die komplexe Beziehung zwischen chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED) und Essstörungen. Während einige Menschen mit CED eine restriktive Ernährung nutzen, um krankheitsbedingte Beschwerden zu reduzieren, kann dieses eingeschränkte Essverhalten die Symptome wiederum beeinflussen und möglicherweise sogar zur Krankheitsentwicklung beitragen. Unter einer restriktiven Ernährung wird die bewusste Einschränkung oder der Verzicht auf bestimmte Lebensmittel oder ganze Lebensmittelgruppen verstanden. Darüber hinaus können CED-Symptome Essstörungen imitieren. Dadurch ist es oft schwierig zu beurteilen, ob gestörtes Essverhalten Ursache, Folge oder Ausdruck der Erkrankung ist. Unabhängig davon stellen Essstörungen eine erhebliche Belastung für Betroffene dar.

Essstörungen bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen: Häufig?

Vor dem Hintergrund der wachsenden wissenschaftlichen Evidenz führten Wissenschaftler eine aktualisierte systematische Übersichtsarbeit und Metaanalyse zur Prävalenz von Essstörungen bei Menschen mit CED durch. Für die Analyse wurden die Datenbanken MEDLINE, Embase und PsycINFO von ihrem jeweiligen Beginn bis zum 28. Oktober 2025 systematisch durchsucht.

Eingeschlossen wurden Beobachtungsstudien, die die Prävalenz von mindestens einer Essstörung bei Menschen mit CED berichteten. Die Prävalenzschätzungen wurden unter Berücksichtigung von CED-Typ, Geschlecht, Alter sowie Erhebungsmethode ermittelt.

Systematischer Review und Metaanalyse über 23 Studien

Insgesamt wurden 23 Studien in die Analyse aufgenommen. Die Prävalenzschätzungen unterschieden sich erheblich abhängig von der Art der Erfassung von Essstörungen. Studien, die Selbstbeurteilungsfragebögen verwendeten, fanden bei 13,60 % der Befragten Essstörungen (95 % Konfidenzintervall, KI: 9,86 - 17,81 %; $I^2 = 90,7$ %; $n = 18$). Dagegen zeigten Studien mit ärztlich gestellten Diagnosen eine niedrigere Prävalenz von 2,84 % (95 % KI: 0,00 - 9,03 %; $I^2 = 99,9$ %; $n = 5$). Die höchste Prävalenz wurde in Studien beobachtet, die einen spezifischen, standardisierten Fragebogen (Nine-Item Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder Screen) zur Erfassung vermeidender bzw. restriktiver Essstörungen einsetzten. Hier lag die Prävalenz bei 17,10 % (95 % KI: 12,81 - 21,88 %; $I^2 = 87,4$ %; $n = 9$). Zwischen den Geschlechtern, den verschiedenen CED-Unterformen, dem Alter der Studienteilnehmer zum Zeitpunkt der Untersuchung oder der Krankheitsaktivität wurden keine statistisch signifikanten Unterschiede festgestellt.

Häufiger als erhofft: Früherkennung und Aufmerksamkeit im klinischen Alltag sinnvoll

Essstörungen treten demnach bei Menschen mit CED häufig auf, insbesondere in Form vermeidender oder restriktiver Essstörungen. Die Ergebnisse verdeutlichen laut der Studienautoren die Notwendigkeit einer verbesserten Früherkennung sowie einer höheren klinischen Aufmerksamkeit, um gestörtes Essverhalten bei Menschen mit CED frühzeitig zu erkennen und angemessen zu behandeln.

Menschen mit CED, die aufgrund von Beschwerden ihre Ernährung zunehmend einschränken oder Sorge vor bestimmten Lebensmitteln entwickeln, sollten dies mit ihrem behandelnden Arzt oder einer qualifizierten Ernährungsfachkraft besprechen, betonen die Autoren. Eine frühzeitige Abklärung kann helfen, Mangelernährung und die Entwicklung eines gestörten Essverhaltens zu vermeiden.

Referenzen:

Goddard Q, Markovinović A, Ronksley PE, Seow CH, Ma C, Shaheen AA, Kaplan GG. Meta-Analysis: Prevalence of Eating Disorders in Inflammatory Bowel Disease. *Aliment Pharmacol Ther.* 2026 Mar;63(5):603-615. doi: 10.1111/apt.70492. Epub 2025 Dec 27. PMID: 41455094; PMCID: PMC12904194.